

Session d'*E-learning*

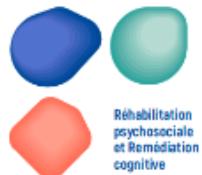
Pratiques orientées rétablissement et réhabilitation psychosociale

Principes et objectifs de la remédiation cognitive

Pr Nicolas Franck

www.centre-ressource-rehabilitation.org

www.remediation-cognitive.org



➤ Qu'est-ce que la remédiation cognitive ?

- Mesure thérapeutique non médicamenteuse
- Réduction de l'impact des troubles cognitifs
- Favorise l'action des psychotropes et des psychothérapies

➤ Pourquoi avoir recours à la remédiation cognitive ?

- Pour augmenter le pouvoir de décider et d'agir
- Pour renforcer les capacités nécessaires à la réussite de projets de vie
- Pour favoriser le rétablissement
- Parce que son efficacité est attestée par des travaux scientifiques ayant un haut niveau de preuve



Remédiation cognitive : généralités

- **Pas de programme universel**
- **Evaluer les besoins de la personne et choisir le programme approprié**
- **Objectifs concrets à fixer**
- **Apprentissage de nouvelles stratégies**
- **Adaptation au profil de la personne**

➤ Remédiation cognitive : pourquoi ?

- **Déficits cognitifs fréquents dans les troubles mentaux sévères et les troubles du spectre de l'autisme :**
 - 70 – 80% dans la schizophrénie
 - 1/3 dans le trouble bipolaire
 - Présents dès les phases prodromiques
 - Perdurant lors des rémissions
- **Intérêt d'établir un profil cognitif**
 - évaluation du retentissement fonctionnel
 - définition de cibles thérapeutiques

Heinrichs et Zakzanis, *Neuropsychology* 1998
Schretlen et al, *Biological Psychiatry* 2007

➤ Troubles cognitifs

Processus les plus fréquemment altérés

- Attention : sélective, soutenue, partagée
- Mémoire : à long terme, de travail
- Fonctions exécutives : inhibition, planification, flexibilité
- Fonctions visuo-spatiales
- Cognition sociale : émotions, attributions d'intentions, théorie de l'esprit

Profils généralement hétérogènes

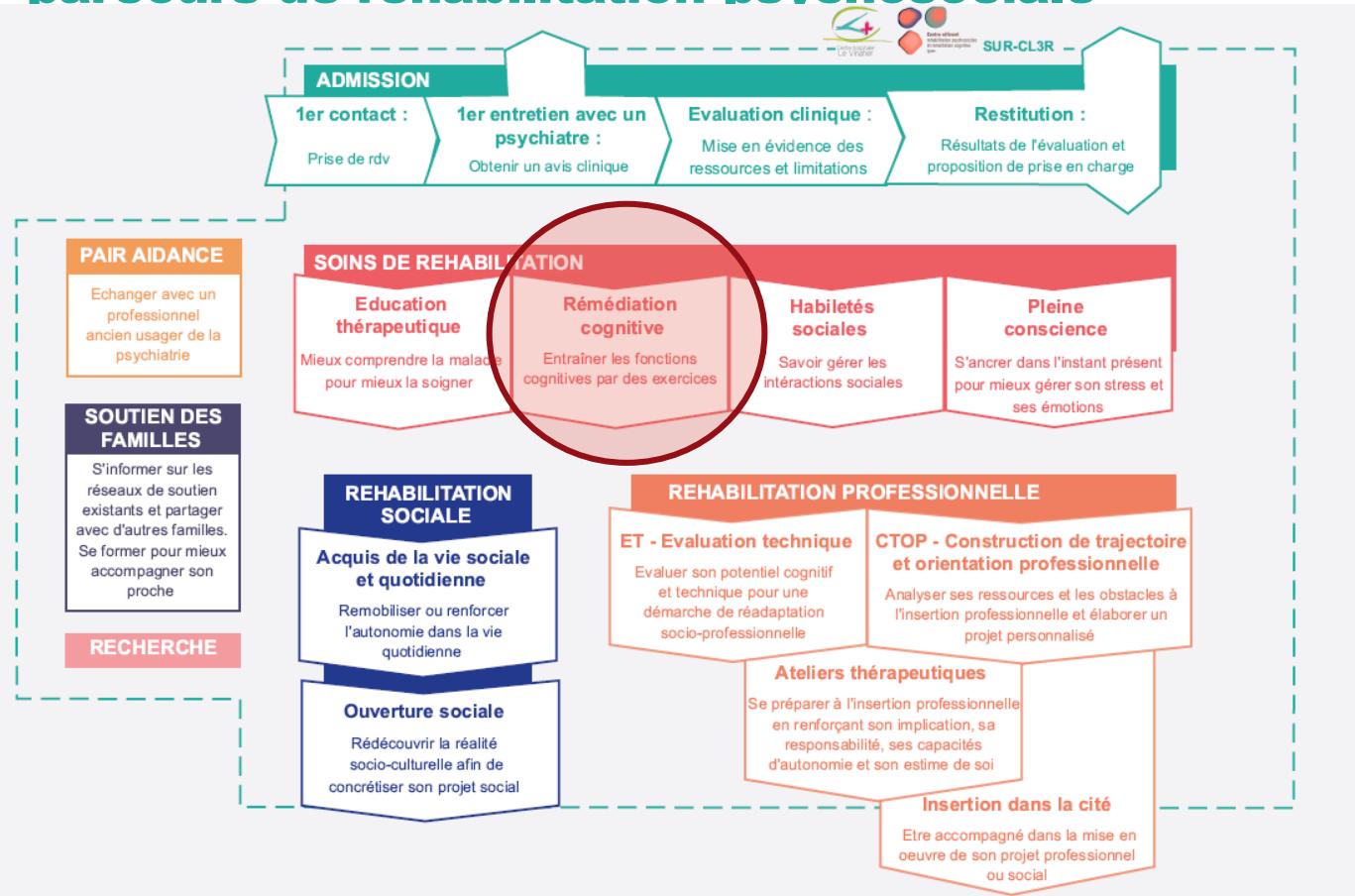
➤ Action de la remédiation cognitive

- **Comment ?**
 - réduire l'impact des **troubles cognitifs**
 - favoriser la mise en place des **stratégies** réutilisables au quotidien
- **Pourquoi ?**
 - amélioration du fonctionnement au quotidien
 - amélioration de la qualité de vie
 - amélioration de l'adaptation et de l'insertion socio-professionnelle

➤ La remédiation cognitive : mise en œuvre

- **Stabilité :**
 - manifestations cliniques stables
 - traitement stable et à dose minimale efficace
- **Personne motivée**
- **Capacités et limitations cognitives objectivées**
- **Conséquences fonctionnelles objectivées**
- **Impact de ces conséquences sur le projet concret**

La remédiation cognitive au sein du parcours de réhabilitation psychosociale



➤ Remédiation cognitive : principes

- Renforcement positif
- Apprentissage sans erreur
- Confrontation progressive à la difficulté
- Accompagnement métacognitif
- Répétition
- Verbalisation
- Réduction de l'information
- Organisation temporelle
- Simplification des tâches par étapes

➤ Remédiation cognitive : principes

- 1. Se concentrer (description générale de l'exercice)**
- 2. Identifier le problème (analyser la consigne)**
- 3. Définir les étapes et stratégies à mettre en place**
- 4. Faire l'exercice**
- 5. Vérifier et critiquer la mise en œuvre de la solution**

➤ Programmes de remédiation cognitive

- **Points communs :**
 - cible = compétences cognitives
 - temporalité courte (quelques mois, à raison d'1 à 2 séances/semaine + tâches à domicile)
- **Séances de préparation**
 - Psychoéducation spécifique
 - Echelles des répercussions fonctionnelles (ERF et ERF-CS)

➤ **Favoriser l'implication de la personne dans la prise en charge et améliorer le transfert et la généralisation des compétences**

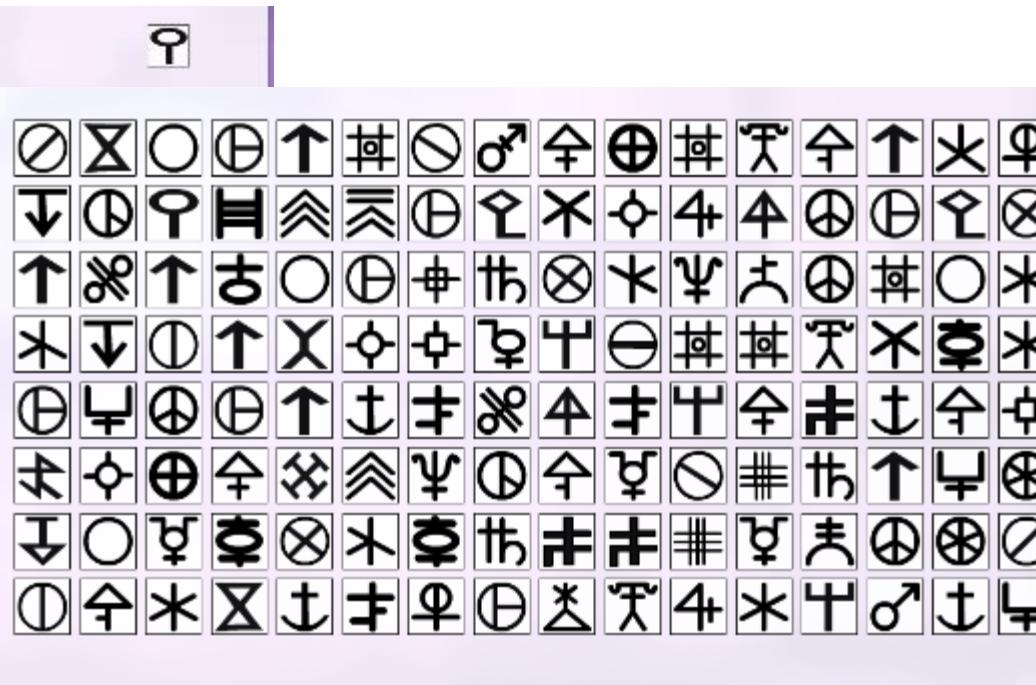
Franck N, *Traité de réhabilitation psychosociale* 2018

Vianin P, *La remédiation cognitive dans la schizophrénie* 2013

➤ Exemple : exercice d'attention selective

L'intrus est :

mmencer" pour accéder à la grille

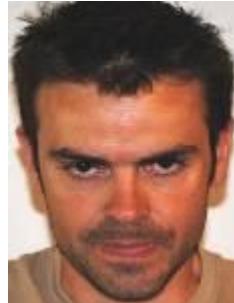
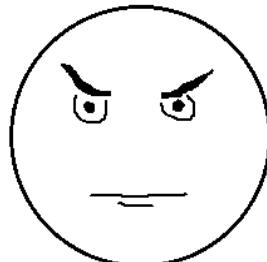


Vianin P, *La remédiation cognitive dans la schizophrénie* 2013

➤ Exemple : exercice de reconnaissance des émotions faciales

Caractéristiques faciales des émotions

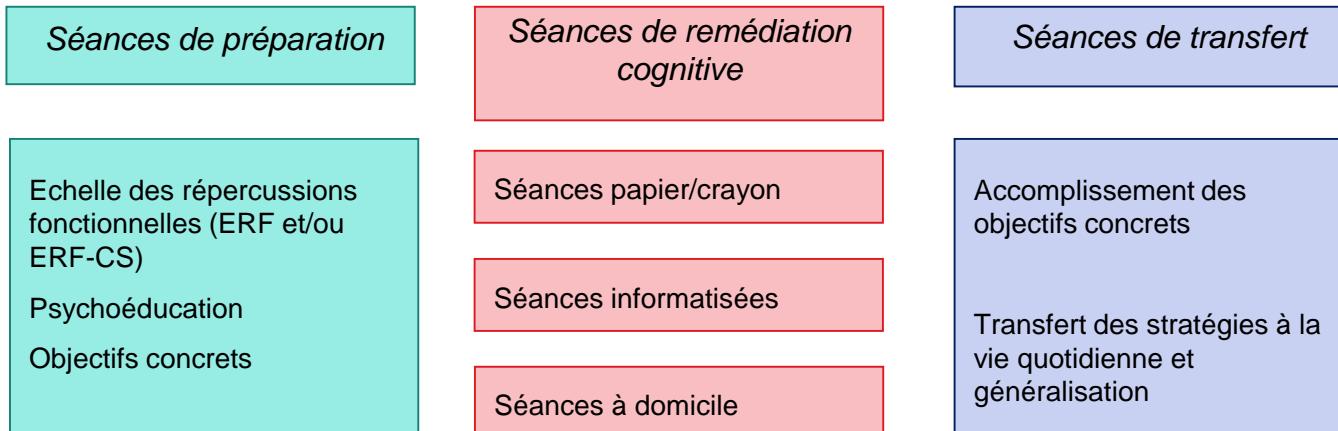
- conscience du vécu émotionnel
- vocabulaire associé aux émotions
- notion de continuum d'intensité



Gaudelus, in: Franck N, *Traité de réhabilitation psychosociale 2018*

➤ Déroulé des programmes de remédiation cognitive

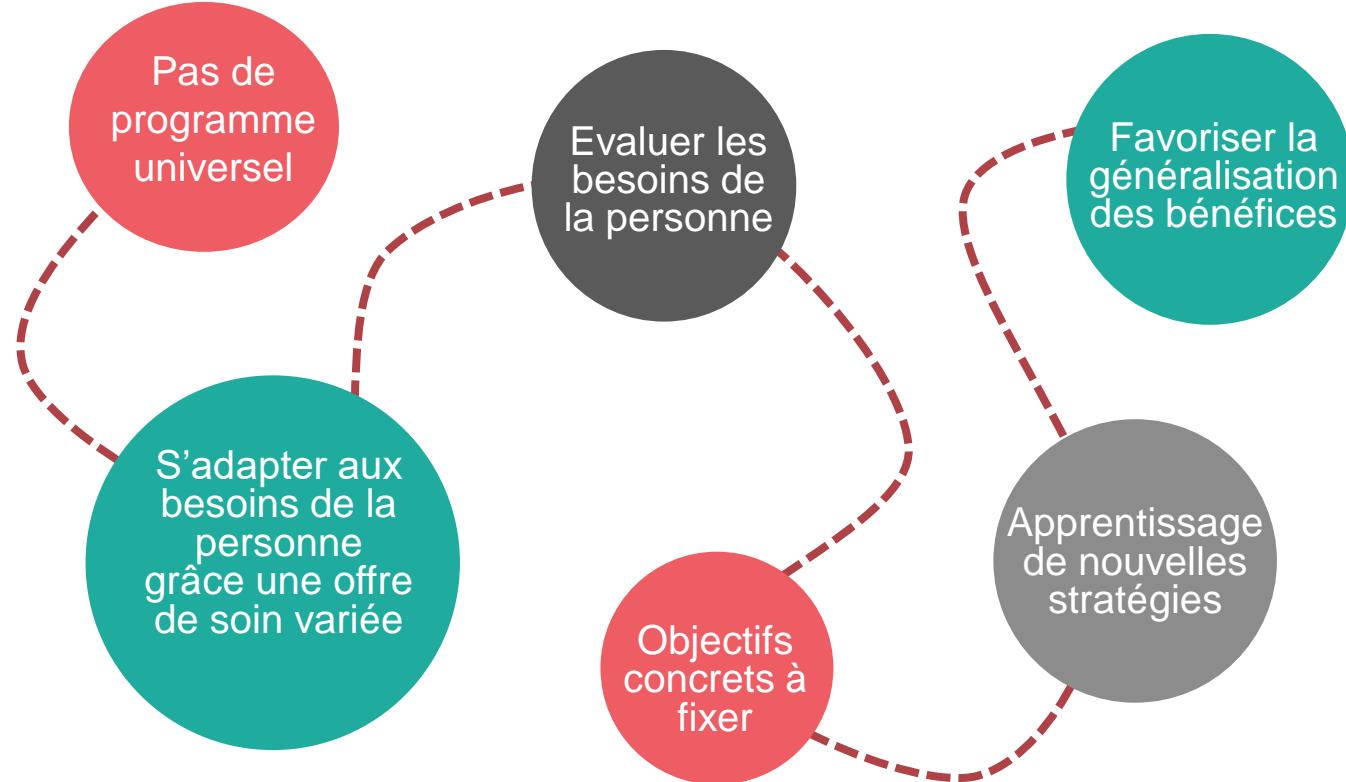
- **Prise en charge individuelle de 1 à 3 mois**
- **1-3 séances d'1h-1h30/semaine**
- **Proximité avec les situations quotidiennes pour favoriser le transfert et la généralisation des bénéfices**



➤ Information et formation

- **Association francophone de remédiation cognitive (AFRC) : association regroupant les professionnels de la psychiatrie impliqués dans le développement de la remédiation cognitive**
www.remediation-cognitive.org www.centre-ressource-rehabilitation.org
- **DU « Remédiation cognitive » (Université Lyon 1)**

► Synthèse



➤ Conclusion

- La remédiation cognitive regroupe un ensemble de **techniques efficaces** en complément des médicaments et des psychothérapies
- Recours systématique en présence de troubles cognitifs ayant un impact sur les projets des personnes
- Mise en œuvre par des thérapeutes formés (**diplôme d'université**)
- Diffusion des connaissances (**AFRC : www.remediation-cognitive.org www.centre-ressource-rehabilitation.org**)

Références

Nicolas Franck

Remédiation cognitive

2^e édition

- Principes généraux
- Indications et programmes
- Modalités d'utilisation



ELSEVIER

Elsevier Masson

Traité de réhabilitation psychosociale

Sous la direction de Nicolas Franck

